

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
INTENSI BERHENTI MEROKOK
PADA MAHASISWA**



SKRIPSI

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Mencapai Derajat Sarjana (S-1) Psikologi*

Disusun Oleh:

WISNU TRI LAKSONO
F 100 040 272

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2008**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Rokok sudah lama dikenal dan tampaknya menjadi bagian dari kehidupan seseorang yang mutlak atau berkala harus dilakukan. Misalnya, merokok pada waktu volume pekerjaan penuh, merokok pada waktu selesai makan, dan merokok pada waktu pikiran sedang kalut. Merokok, menurut seorang perokok dapat menimbulkan aspek-aspek psikologis, apalagi perokok tersebut sedang mengalami suatu masalah. Merokok dapat menimbulkan rasa tenang, juga bila sedang menghadapi situasi yang tegang. Merokok juga dapat menimbulkan rasa percaya diri, dapat menimbulkan rasa nikmat. Beribu-ribu orang pada dewasa ini menjadi perokok berat, bukannya karena pilihan melainkan karena mereka tidak dapat menghentikan merokok. Mereka terus menerus merokok sebab mereka sudah terikat dalam suatu kebiasaan dan ketergantungan. Sementara itu, masih banyak orang muda beranggapan bahwa seorang yang merokok akan kelihatan lebih jantan. Pada mulanya, mereka merokok hanyalah mengisi waktu luang, ikut-ikutan, dan rasa ingin tahun, lama kelamaan hal tersebut menjadi suatu kebiasaan.

Dewanti (dalam Manggala, 2002) mengatakan bahwa kebiasaan merokok sudah dimulai sejak nenek moyang, dan merupakan kebudayaan orang Indian di belahan benua Amerika, yang kemudian menyebar dalam kehidupan kelompok lainnya, lalu ke seluruh dunia. Kebiasaan merokok tidak didominasi oleh laki-laki dan usia tertentu, melainkan tidak terbatas pada usia muda ataupun tua, laki-laki maupun

perempuan. Kebiasaan merokok ini meningkat sejak usai perang dunia II, terutama melanda negara-negara yang sedang berkembang, bahkan sejak krisis moneter.

Menurut Khorida (2002) umur mulai merokok kurang dari 20 tahun cenderung meningkat dan lebih dari separuh perokok mengkonsumsi lebih 10 batang per hari, bahkan yang berumur 10-14 tahun sudah sebesar 30,5% yang mengkonsumsi lebih 10 batang per hari di antaranya 2,6% yang mengkonsumsi lebih 20 batang per hari. Hal ini dapat menjadi bom waktu pada 25 tahun yang akan datang, mengingat timbulnya penyakit seperti kanker berhubungan dengan lamanya merokok dan banyaknya rokok yang dikonsumsi.

Pada umumnya, perilaku merokok dimulai pada masa remaja karena remaja mengalami masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Salah satu kecenderungan remaja pada masa ini adalah mencoba hal-hal baru dan modern (Monks dkk, 1996). Begitu juga dengan merokok, yang pada awalnya hanya ingin mencoba menghisapnya pada akhirnya berkembang menjadi penggunaan yang tetap (Insight, 2003).

Studi-studi menyelidiki alasan mengapa remaja pria mulai merokok dan menyimpulkan bahwa yang menjadi alasan mengapa remaja pria mulai merokok adalah sikap dan norma-norma sosial. Berkenaan dengan norma-norma sosial, hasil-hasil riset sangat jelas, remaja pria mulai merokok karena pengaruh lingkungan sosial, teman-teman, orang tua, saudara kandung dan media (Smet dalam Widianingsih, 2001).

Seorang remaja pria dapat dikatakan sebagai perokok berat yaitu apabila remaja tersebut menghisap 20 batang rokok dalam sehari. Seorang remaja pria dikatakan sebagai perokok sedang yaitu apabila remaja tersebut menghisap 5-14

batang rokok dalam sehari. Seorang remaja pria dikatakan sebagai perokok ringan yaitu apabila remaja tersebut menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari. Seorang remaja pria dikatakan bukan perokok yaitu apabila remaja tersebut tidak pernah merokok satu batang rokok sama sekali (Smet dalam Widianingsih, 2001).

Ketika seseorang sudah mulai masuk di Perguruan Tinggi, dan memasuki awal dewasa awal, sebagian besar dari mereka sebelumnya sudah merokok aktif ketika di sekolah menengah atas. Perilaku merokok itu akan terus berlanjut dan bisa membahayakan kesehatannya di masa yang akan datang serta bisa menghambat kelangsungan studinya.

Setiawan (2004) yang melakukan penelitian pada 379 orang mahasiswa pria Diploma tiga STMIK AKAKOM Yogyakarta Fakultas Teknik Informatika Komputer menunjukkan bahwa mahasiswa yang merokok berjumlah 108 orang (28,5%) dan sisanya berjumlah 271 orang (71,5%) mahasiswa yang tidak merokok. Dengan melihat hasil penelitian menunjukkan mahasiswa yang merokok karena untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya bila ia marah, cemas, gelisah, rokok dianggap sebagai penyelamat dan ada juga alasan mahasiswa yang menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi dalam dirinya, sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak.

Menurut Sujudi (2001) hasil riset tentang rokok yang dilakukan Badan Kesehatan PBB (WHO) memaparkan bahwa, 3 dari 4 (sekitar 75%) pria dan 5% perempuan di Indonesia adalah perokok. Di AS, survei di tahun 1991, sekitar 26% penduduk dewasa pencandu rokok, sedangkan di negara lain, persentase perokok lebih tinggi. Akhir-akhir ini, di negara maju telah terjadi penurunan konsumsi rokok, seperti di Inggris berkurang 25%, di AS dan Kanada 9%, dan Australia 6%.

Ironisnya justru di negara-negara miskin dan berkembang, termasuk Indonesia, terjadi peningkatan. Pertumbuhan konsumsi rokok Indonesia terpesat di dunia. Konsumsi rokok di Indonesia, terutama untuk perokok pemula, tumbuh paling pesat di dunia. Adapun persentase konsumsi rokok tersebut, yakni 44% perokok usia 10 - 19 tahun dan 37% usia 20 - 29 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sirait (2001) prevalensi perokok semakin lama semakin meningkat terutama perokok laki-laki. Sampel adalah responden yang berumur 10 tahun atau laki-laki maupun perempuan dari 27 propinsi di Indonesia. Data dari sampel ini telah dipertimbangkan dengan *inflation factor*, sehingga hasil analisis merupakan perkiraan pada populasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa prevalensi perokok secara nasional sekitar 27,7%. Prevalensi perokok ini khususnya pada laki-laki mengalami kenaikan dibanding tahun 1995 dari 51,2% menjadi 54,5%. Sedang pada perempuan sedikit menurun yaitu 2% pada tahun 1995 menjadi 1,2% tahun 2001. Prevalensi mantan perokok relatif kecil baik secara keseluruhan (2,8%) maupun pada laki-laki atau perempuan (5,3% pada laki-laki dan 0,3% pada perempuan). Prevalensi perokok ini berbanding terbalik dengan tingkat pendidikan. Pada laki-laki yang berpendidikan SD ke bawah sekitar 74,8%, SLTP 70,9%, SMU 61,5% dan akademi/perguruan tinggi 44,2%. Di daerah perdesaan lebih banyak dibanding di perkotaan. Untuk itu promosi pendidikan kesehatan harus disesuaikan dengan budaya masyarakat setempat dengan memakai media yang ada.

Keberhasilan seseorang dalam usahanya untuk tidak merokok ditentukan oleh sejauh mana niat (intensi) untuk berhenti (Muchtart, 1980). Usaha untuk berhenti merokok akan sia-sia apabila tidak didasari oleh niat seseorang untuk melakukan sesuatu yang bersifat kesegeraan dan kesiapan terhadap suatu perilaku yang akan

dilakukan seseorang. Intensi digambarkan sebagai mediator antara sikap dengan perilaku spesifik, sehingga disimpulkan intensi merupakan faktor yang lebih baik daripada sikap terhadap perilaku (Ajzen dan Fishbein, 1975).

Menurut Ajzen dan Madden (dalam Smet, 1994) intensi dipengaruhi oleh tiga faktor. *Pertama*, faktor personal yaitu sikap seseorang terhadap realisasi perilaku dalam situasi tertentu. *Kedua*, norma subyektif merupakan norma-norma sosial yang berpengaruh terhadap individu. *Ketiga*, adalah efikasi diri, yaitu keyakinan seseorang akan kemampuannya melakukan suatu perilaku. Sikap merupakan kecenderungan untuk berperilaku. Sehubungan dengan intensi berhenti merokok ketiga faktor tersebut ikut mempengaruhi.

Norma subyektif berkaitan dengan motif sosial, berhubungan dengan minat atau keinginan individu untuk berhenti merokok karena orang lain atau untuk memperoleh penghargaan dari orang lain di lingkungan sekitarnya. Dukungan sosial bisa meningkatkan intensi individu untuk berhenti merokok. Dukungan sosial tersebut berupa pemberian hiburan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang akan diterima seseorang dari orang lain atau kelompoknya (Cobb dkk. dalam Sarafino, 1991). Dukungan sosial juga dapat diperoleh dengan pemberian semangat, kepercayaan, keyakinan, kesempatan untuk bercerita, meminta pertimbangan, bantuan maupun nasehat guna mengatasi permasalahan yang dihadapi

Individu membutuhkan dukungan sosial untuk berbagai persoalan yang dihadapinya. Menurut Gottlieb (dalam Smet, 1994) dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal atau non verbal. Bantuan nyata yang diberikan karena keakraban dengan seseorang atau didapat karena kehadiran orang lain dapat mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima.

Menurut Fusiler (Hartanti, 2002) dukungan sosial dapat menimbulkan penyesuaian yang baik dalam perkembangan kepribadian individu. Dukungan sosial memberikan perasaan berguna pada individu karena individu merasa dirinya dicintai dan diterima. Dukungan yang diterima akan memiliki arti bila dukungan itu bermanfaat dan sesuai dengan situasi yang ada.

Dukungan sosial bisa didapatkan dari berbagai sumber. Menurut Goldberger dan Bernitz (Sukinah, 1999) dukungan sosial bersumber antara lain: orangtua, saudara kandung, anak-anak, kerabat, pasangan hidup, sahabat, rekan kerja, atau juga dari tetangga. Dukungan tersebut biasanya diinginkan dari orang-orang yang signifikan seperti keluarga, saudara, guru, dan teman, dimana memiliki derajat keterlibatan yang erat. Dukungan sosial merupakan pemberian hiburan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompoknya.

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa merokok memiliki dampak-dampak negatif yang membahayakan bagi kondisi fisik, dan hampir semua perokok mengetahui bahwa merokok merugikan kesehatan, membahayakan kesehatan orang lain sebagai perokok pasif. Perokok sendiripun tidak suka bila anak-anak dan keluarga mereka merokok, dan para perokok juga tahu bahwa label peringatan bahaya merokok dimaksudkan untuk memberi informasi kepada konsumen rokok tentang bahaya merokok bagi kesehatan.

Individu yang menerima dukungan sosial juga tergantung pada susunan dan struktur jaringan sosial, bagaimana hubungan mereka dalam keluarga dan masyarakat. Hubungan ini dapat bervariasi dalam kuantitas dan kualitas. Seseorang yang mempunyai jaringan sosial agak tinggi kemungkinan mempunyai kesempatan untuk menerima dukungan sosial lebih banyak. Seseorang yang merasa dirinya dapat

diterima keberadaannya, dicintai dan dibutuhkan, selain itu lingkungan yang tidak menerima perilaku merokok akan membentuk persepsi bersama tentang sisi negatif merokok dan akan mempengaruhi orang merokok untuk mengubah pandangannya tentang merokok.

Dukungan sosial berperan penting dalam menentukan dan mengarahkan perilaku individu. Individu yang merokok diharapkan dapat menghentikan perilaku merokoknya setelah menerima dukungan sosial baik dari keluarga maupun teman-teman dalam lingkungan sosialnya. Peranan penting tersebut ditunjukkan dengan kenyataan bahwa setiap individu selalu berusaha memperoleh keseimbangan dalam dirinya. Segala macam bentuk dukungan sosial dapat membantu bertahan terhadap tekanan sosial yang ada. Dukungan sosial diharapkan mampu menunjang seseorang melalui tindakan yang bersifat membantu dengan melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan materi dan penilaian positif pada individu atas usaha yang telah dilakukannya. Dukungan sosial inilah nanti yang diharapkan membantu individu memiliki intensi yang tinggi untuk menghentikan kebiasaan merokok.

Fenomena-fenomena di atas mendorong peneliti untuk merumuskan masalah dalam penelitian apakah ada hubungan antara dukungan sosial terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa?. Dengan rumusan masalah tersebut peneliti mengadakan penelitian untuk mengkaji secara empirik dengan mengambil judul: Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Intensi Berhenti Merokok pada Mahasiswa.

B. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa

2. Untuk mengetahui seberapa besar sumbangan atau peranan dukungan sosial terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa
3. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial
4. Untuk tingkat intensi berhenti merokok pada mahasiswa

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi subjek penelitian, khususnya Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Diharapkan penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan pertimbangan dalam membangkitkan kesadaran bagi konsumen (para perokok) akan bahaya merokok bagi kesehatan dan dapat mengubah kebiasaan merokok dengan mengoptimalkan dukungan sosial.

2. Bagi orangtua Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Hasil penelitian ini memberikan informasi mengenai dukungan sosial dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa, dan akibat-akibat yang ditimbulkan dari perilaku merokok, dengan demikian orangtua diharapkan dapat mempertimbangkan bagaimana upaya yang perlu dilakukan agar anak tidak merokok.

3. Bagi pimpinan produsen atau perusahaan rokok

Hasil penelitian ini memberikan sumbangan pemikiran mengenai bahayanya rokok bagi kesehatan, sehingga mampu memproduksi rokok dengan kandungan zat kimia seminimal mungkin, selain itu hasil penelitian ini memberikan

gambaran seberapa besar peran dukungan sosial dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa

4. Manfaat bagi pemerintah dan Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia

Diharapkan penelitian ini dapat dipakai sebagai perlindungan kepada konsumen akan bahayanya merokok, dan dapat dipakai dalam pengambilan kebijakan untuk perlindungan kepada konsumen (para perokok)

5. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema yang sama

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau pengembangan penelitian selanjutnya, khususnya yang berhubungan dengan dukungan sosial dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa.

6. Bagi Ilmuwan Psikologi

Hasil penelitian ini memberikan sumbangan informasi dan wacana pemikiran untuk pengembangan ilmu pengetahuan psikologi khususnya yang berkaitan dengan dukungan sosial dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa.

7. Bagi Fakultas Psikologi

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi dan perbendaharaan penelitian ilmiah khususnya mengenai dukungan sosial dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa.